

Le panais

Recette : *Ce légume ancien est un légume riche en minéraux. Le goûter c'est l'adopter !*

- Poêlée de panais/pomme de terre :
Épluchez et coupez les légumes. Mettre une noisette de beurre dans votre poêle et laissez cuire a feu doux durant 25min. Assaisonnez à votre guise avec un peu de persil

- Purée de panais
- Râpée de panais
- Velouté de panais

